Августăн 9-мĕшĕ – Физкультурниксен кунĕ

Сывă çемье – çирĕп çемье

«Çын сывă пулни – телей», – тенĕ Аристотель. Сывлăхлă пулас тесен вара физкультурăпа тата спортпа туслă пулмалла. Çемйипех çапла пулсан ку – тепĕр телей.

Пирĕн районта та сывă пурнăç йĕркине тата физкультурăна çемье аталанăвĕнче пысăк пĕлтерĕшлĕ пулăм вырăнне хуракансем хушăнсах пыраççĕ. Паян вара сăмах Муркашра пурăнакан Павловсен çемйи пирки.

Ирина Валентиновнăпа Геннадий Алексеевич пĕрле çемье çавăрнăранпах хăйсен умне тĕллев лартнă: сывлăхлă пулмалла, ачасене те физкультурăпа пĕчĕкренех кăсăклантарса сывлăхлă ÿстермелле. Геннадий Алексеевич хăй те ачаранпах спортпа çывăх пулни те витĕм кÿнĕ ĕнтĕ. Ирсерен чупассинчен тата зарядка тăвассинченен пуçланать çемьере сывă лару-тăру пуласси. Павловсен шăпах çапла. Çавăнпа та вĕсен çемйинче ăнлану, туслăх хуçаланать.

Икĕ ывăл ÿстереççĕ Ирина Валентиновнăпа Геннадий Алексеевич. Асли, Павел, Шупашкарти 3-мĕш номерлĕ лицейра вĕренет. Ăслă та пултарулă каччă районти тата республикăри олимпиадăсенче пĕрре мар çĕнтерÿçĕ ятне çĕнсе илнĕ. Вунпĕрмĕш класа каякан йĕкĕт вĕренÿре «5» паллăсемпе çеç ĕлкĕрсе пырать. Вăл та ашшĕ-амăшĕ пекех хăйĕн шăллĕшĕн, Сергейшĕн, тĕслĕх вырăнĕнчех. Сергей Муркашри вăтам шкулта тăрăшса вĕренет: унăн та «пиллĕксем» кăна. Вăл 6-мĕш класра çеç пулин те музыка шкулĕн хореографи уйрăмĕнче вĕренсе пĕтернĕ.

Çак çемьере пурте ĕçе юратаççĕ, тĕрлĕ ĕçсене пĕрле туса пĕр-пĕрне пулăшса пыраççĕ. Канасса та çемьепех канма кăмăллаççĕ. Çавăнпах Павловсен çемье йăлисем тахçанах тымар ярса çирĕпленнĕ ĕнтĕ.

Паллах, çемье сывă пулни, ачасем тăрăшуллă, ăслă-тăнлă аталанса пыни çемьепе пурте пĕрле спорта юратнинчен сахал мар килет. Геннадий Алексеевич район администрацийĕн капиталлă строительство, архитектура тата пурăнмалли çурт-йĕрпе коммуналлă хуçалăх управленийĕн ертÿçин çумĕ пулса ĕçлет. Ирина Валентиновна Чăваш Республикинчи регионаллă «Россельхозбанк» уçă акционер обществин филиалĕн Муркашри хушма офисăн управляющийĕ. Иккĕшĕн те ĕçĕсем питĕ ответлă. Çапах та ку тулли çемьепе тĕрлĕ спорт ăмăртăвĕсемпе конкурсĕсене хутшăнма вĕсене пĕрре те чармасть.

Нумай пулмасть Шетмĕпуçĕнче иртнĕ Республикăри патшалăх влаçĕн тата вырăнти хăйтытăмлăх органĕсенче ĕçлекенсен 7-мĕш Спартакиадинче хутшăнчĕç Павловсем. Çемье командисен эстафетинче 1-мĕш вырăн çĕнсе илчĕç. Пĕлтĕрхи спартакиадăра та çĕнтерÿçĕ ятнех илнĕччĕ çак туслă çемье. Маларах Çĕмĕрлере иртнĕ ăмăртура та йĕлтĕрпе чупса ăмăртассипе малтисен хушшинех пулнă...

Çапла физкультурăна тивĕçлипе хаклани çемьере пĕр-пĕрнпе çывăхрах пулма пулăшать, çемьене çирĕплетет. Ачисем физкультурăпа спорт урлă çеç сывлăха упрама пултарнине курччăр тата хăйсем çинчех туйччăр тесе тăрăшаççĕ Ирина Валентиновна тата Геннадий Алексеевич. Малалла та вĕсен çемйинче çирĕп сывлăх, телей пултăрччĕ.

Н. НИКОЛАЕВА.

Сăн ÿкерчĕкре: Павловсен çемйи.

Пĕлтерÿсем. Объявления

Требуется водитель на автомашину КамАЗ с категорией «Е». Тел.: 8-903-357-46-75; 8-927-880-04-83. 2-4.

Продаю двигатель УД–2, новый. Тел.: 8-927-861-20-13. 2-2.

КПКГ «Агрокредит» принимает сбережения, выдает займы. Ждем вас по адресу: с. Моргауши, ул. 50 лет Октября, д. 4. Тел.: 2-18-13, 8-927-995-03-41. 3-20.

Сдаю в аренду помещение в 37 кв. м. на 2-ом этаже магазина «Парус» на рынке с. Моргауши. Тел.: 2-22-82; 8-903-322-59-18.

Требуются специалисты в Н. Новгород, вахтовый метод: монтажники-монолитчики, арматурщики, бетонщики, плотники. Зарплата сдельная, соцпакет. Тел.: 8(8352)43-95-44, 8-906-134-07-07, 8-902-327-12-66. 6-8.

Продаю доски хвойные, березовые от 2 м. до 6 м.; штакетник, подтоварник. Все в кредит!!! Трубы б/у. Дрова-обрезки бесплатно!!! Куплю дрова, дровяные заготовки. Тел.: 8-905-345-31-09. 6-6.

Продаю кирпич: силикатный, красный одинарный М-150, М-125, красный полуторный пустотный М-125, КББ, керамзит, гравмассу, красный половняк. Доставка. Документы. Тел.: 8-903-358-20-97, 8(8352)44-20-97. 7-14.

Утерянный аттестат о среднем образовании № В 0275267, выданный МОУ «Панклейская основная общеобразовательная школа» 17 июня 2005 года на имя Михайловой Надежды Сергеевны, считать недействительным.

Совет директоров ОАО «Чувашская энергосбытовая компания» на заседании принял решение изменить наименования филиалов компании. В соответствии с этим решением изменения в названии Моргаушского филиала компании выглядят следующим образом:

Наименование филиала до изменения	Новое наименование филиала
Филиал ОАО «Чувашская энергосбытовая компания»-- Моргаушский филиал	Моргаушский филиал ОАО «Чувашская энергосбытовая компания»

Така-сурăх, пусмалли тына тата вăкăр, сысна туянатпăр. Тел.: 9-903-063-07-57. 2-2.

Реализуем: кольца для колодцев ж/б, армированные 0,7м, 1,0 м, 1,5 м. Крышки, днища к ним, столбы ограждения 1,9 м, 2,2 м, фундаментные блоки. Доставка манипулятором. Тел.: 8-902-327-82-52. 5-16.

Б-Сундырскому райпо требуются на работу: технолог общественного питания, повара, продавцы, кондитеры. Опыт работы желателен. Направляет на учебу для получения специальности повара, продавца, кондитера. Обращаться в отдел кадров, бухгалтерию. Тел.: 52-5-46, 52-3-60. 5-6.

Продаю керамзитобетонные блоки высшего качества. Сертифицировано. Отпаренные. Недорого. Чебоксарский р-н. Тел.: 8(8352)50-77-80. 8-8.

ЗАКУПАЕМ ПО ДОРОГИМ ЦЕНАМ:
- упитанных быков, телок, коров, свиней в живом виде, свинину.
Тел.: 60-6-62, 8-960-305-15-97. Герман. 1-3.

«Профессиональный лицей № 25 г. Ядрин» объявляет прием учащихся на 2008-2009 учебный год по следующим профессиям:
1. Мастер с/х производства, срок обучения – 2-3 года.
2. Автомеханик, срок обучения – 1-3 года.
3. Тракторист-машинист с/х производства, срок обучения – 1-3 года.
4. Мастер общестроительных и отделочных работ, срок обучения – 1-3 года.
5. Портной, закройщик, срок обучения – 1-3 года.
6. Повар, кондитер, срок обучения – 1-3 года.
Обучение бесплатное, стипендия от 315 до 500 руб., трехразовое питание, иногородним предоставляется общежитие.
Наш адрес: ЧР г. Ядрин, ул. 50 лет Октября, д. 71г. Тел./факс(83547)22-3-44, тел.: (83547)23-0-97. 2-2.

Район çыннисене пĕлме

«Ĕç ветеранĕ» ята тивĕçес тесен

Чăваш Республикин Сывлăх сыхлавĕн тата социаллă аталану министерствинчен пĕлтернĕ тăрăх «Ĕç ветеранĕ» ята парассинче улшăнусем пур. Чăваш Республикин Министрсен Кабинечĕн 2008 çулхи июлĕн 25-мĕшĕнче кăларнă 217 № Постановленипе килĕшÿллĕн унччен пулнă «Ĕç ветеранĕ» ята парас тата ĕç ветеранĕсене удостоверенисем парас йĕркене» улшăнусем кĕртнĕ. Çапла вара çакăнта аялах асăннă медальсене тата паллăсене тивĕçнисене вĕсем çав организаци е тытăмăн штатĕнче тăман пулсан та «Ĕç ветеранĕ» ята пама йышăннă.

Медальсем:

«200 лет МВД России»;
«200 лет Министерству обороны»;
«40 лет полету Ю.А. Гагарина»;
«80 лет Госкомспорту России»;
«В память 125-летия уголовно-исполнительной системы России»;
« В память 200-летия Минюста России»;
«15 лет Пенсионному фонду Российской Федерации»;
«За вклад в развитие агропромышленного комплекса России»;
«За заслуги в проведении Всероссийской сельскохозяйственной переписи 2006 года»;
«За отвагу на пожаре»;
кĕмĕл медаль «За вклад в развитие уголовно-исполнительной системы России»;
«10 лет Федеральной системе судебных приставов».

Паллăсем:

«10 лет ПФР»;
«300 лет горно-геологической службе России»;
«За активное участие во Всероссийской переписи населения 2002 года»;
«Оличник Пенсионного фонда Российской Федерации»;
«За активное участие во Всероссийской сельскохозяйственной переписи 2006 года»;
«125 лет уголовно-исполнительной системе России».

Н. ПЕТРОВА,
ЧР Сывлăх сыхлавĕн тата социаллă аталану министерствин Муркаш районĕнчи социаллă хÿтлĕх пайĕн ертÿçи.

Врач канашĕ

Сывлав çулĕсене ют япаласем лексен

Сывлав çулĕсене ют япаласем лекни çынсен сахал мар пулать. Уйрăмах апатланнă чух. Çынна кăвак тĕс çапать, вăл пÿлĕнсе ларать, куçĕсем хĕрелеççĕ, пит тата мăй çинче вырăннивырăннăн юн тухма пултарать. Кун пек пулсан асапланакан 3-5 минут хушшинче сывлăш пĕтнипе вилме пултарать.

Апат тĕпренчĕкĕ тип пыра лекрĕ пулсан пĕр тăхтаса тăмасăрах инкек тÿсекене пулăшу памалла. Васкавлă пулăшу чĕнме вăхăт çук. Мĕншĕн тесен пирĕн организм сывлама май çук чухне юнри кислорода (800-900 кубла сантиметр) «хута ярать». Пĕр минутра 200-300 кубла сантиметр кислород тăкакланнине шута илсен пулăшу пама 3 минут çеç юлать.

Мĕн тумалла-ха çакнашкал лару-тăрура? Пулăшакан чыхланакан çынна ун хыçне тăрса сылтăм алăпа ытамласа тытмалла. Сулахай алăпа сылтăм ал сыппинчен тытăнса асапланаканăн вар-хырăм хăвăлне малтан хыçалалла пусăртмалла. Çапла икĕ-виçĕ хутчен тусан ют япала тип пыртан тухать.

Енчен те инкек тÿсекен выртать пулсан ăна хырăм çине хумалла. Ун кĕлеткине кăшт йăтса илсе выртнă чухнех çÿлерех илсе кăтартнă ĕçе пурнăçламалла.

Тата тепĕр меслетпе те пулăшу пама пулать: алăсен пÿрнисемпе çыхланса (пулăшакан хыçалта) инкек тÿсекенĕн вар-хырăм хăвăлне çынна кăшт çĕклесе илнĕ вăхăтра 2-3 хут вăйлăн пусса илмелле.

Чыхланса кайнă çыннăн апачĕ çăвартах пулсан ăна ал тупанĕпе çурăмран хул калаккисем хушшипе çапмалла. Чыхланакканăн вара кăшт малалла тайăлмалла.

Уйрăмах ачасемпе асăрханулă пулмалла. Вĕсем час-часах апатланнă вăхăтра вылям пултараççĕ. Пĕчĕкрех теттесене çăвара хыпаççĕ, пыра лартма та пултараççĕ. Кăсса кайса ÿсĕрни, хăсни, сывлама йывăр пулни тата сасă улшăнни çакна çирĕплетеççĕ. Ачана пулăшас тесе ăна хырăмпа хăвăр урасем çине (чĕркуçленсе) хумалла, пуçне аялараx тумалла. Çапла майпа темиçе хут çурăмран çапса илмелле.

Хăш чух мĕн те пулин пыра ларсан ача тăнне çухатма та пултарать. Унашкал чух ачан пуçне май пур таран хыçалалла тайăлтарса çăварне уçмалла. Салфеткăпа е сăмса тутрипе тытса чĕлхине малалла туртса илмелле. Шĕвĕр тата вăта пÿрнесемпе пыра ларнă япалана кăларса илмелле.

Тепĕр чухне ÿсĕрнĕ хыççăн пыра ларнă япала тухнă пек туйăнма пултарать. Анчах та ытларах чух хĕвел çаврăнăш, арбуз е апельсин вăррисем тип пыра тата шаларах ларма пултараççĕ. Кун пек чух рентген тăма ÿкерме мар. Мĕншĕн тесен пырти ют япаласене кăлармасан вĕсем тĕрлĕ чирсене пуçарса яма пултараççĕ.

Ашшĕ-амăшĕсене тепĕр хут аса илтерес килет: ачăрсене выляна е апатланнă чух яланах пăхса тăрăр. Çăвара кирлĕ-кирлĕ мар япаласене хыпмалла маррине ачана пĕчĕкренех вĕрентсе пымалла. Пăрçасене те трубкăсем витĕр вĕрсе выляни пур чухне лайăхха вĕçленмест. Ачасене апельсинпа арбуза вара вăррисене кăларсан, пулăна шăмăсенчен тасатсан çеç çитермелле.

С. ГУСАК,
Муркашри тĕп больницăри ЛОР-врач.

Продаю двухкомнатную квартиру в центре села Моргауши. Тел.: 8-909-304-02-71; 8-927-842-47-90.

Халăхран лайăх хакпа вăкăр, тына, ĕне ашăн тата чĕрĕ виçепе туянатпăр. Тел.: 8-909-304-08-81; 68-5-89.

Продается «Газель–Соболь» люкс, 2007 года выпуска, пробег 16 тыс. км. Цена договорная. Тел.: 8-905-342-56-01.

Продаю: кирпич красный одинарный, полуторный пустотный, силикатный белый, желтый, серый, блоки керамзитобетонные, пеноблоки, шифер, цемент, колодезные кольца, сетку-рабицу. Доставка. Тел.: 8-903-357-46-75. 4-4.

Куплю старинные монеты, самовары. Дорого. Тел.: 8-910-388-01-61; 8-960-190-67-34. 1-8.

Администрация Моргаушского района сообщает о наличии свободного земельного участка к распределению на праве аренды, для ведения сельскохозяйственного производства, из земель сельскохозяйственного назначения, с кадастровым номером 21:17:030101:102, местоположение: участок находится примерно в 850 м. по направлению на юг от ориентира жилой дом, расположенного за пределами участка, адрес ориентира: Чувашская Республика, Моргаушский район, Ильинское сельское поселение, д. Васильевка, ул. Прибрежная, д. 5, площадью 46315 кв. м.

Заявления от граждан принимаются в течении месяца со дня выхода настоящей публикации по адресу, 429530, село Моргауши, улица Мира, дом 6 (здание администрации), кабинеты № 312 и 317, с 8-00 час. до 17-00 час. ежедневно, кроме выходных дней. Телефон для справок: 2-12-66.

Моргаушская районная газета «Çĕнтерÿ ялавĕ»

УЧРЕДИТЕЛИ:
Министерство культуры, по делам национальностей, информационной политики и архивного дела Чувашской Республики.
Государственное унитарное предприятие Чувашской Республики "Моргаушский издательский дом".

Главный редактор А.И. ТИХОНОВ.
АДРЕС: 429530, Чувашская Республика, село Моргауши, улица Мира, дом 9.
ТЕЛЕФОНЫ: директор-главный редактор - 2-11-36, заместитель главного редактора - 2-12-82, бухгалтерия - 2-11-35, отделы: общественно-политической жизни - 2-12-82, экономики - 2-11-38.
Факс: 2-11-36; E-mail: morpress@cbx.ru

Газета зарегистрирована управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Приволжскому федеральному округу.
Свидетельство о регистрации СМИ ПИ № ФС 18-2329 от 15 августа 2005 года.

Объем 1 усл. печатный лист.
Рукописи не рецензируются и не возвращаются, объемом более 2 стр. не принимаются.
Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений.

ИНДЕКС ИЗДАНИЯ: 54822.
Газета выходит на чувашском языке по средам, субботам.
Дежурный по номеру Николаева Н.Н.
Номер подписан 08.08.2008 г.
Время подписания в печать: по графику – 17 час. 20 мин, фактическое – 17 час. 20 мин.
Заказ Тираж 3594.

Номер набран и сверстан в ГУП "Моргаушский издательский дом", отпечатан в типографии ГУП "ИПК "Чувашия": 428019 г. Чебоксары, пр. И. Яковлева,13. Качество печати соответствует оттискам, предоставленным редакцией.